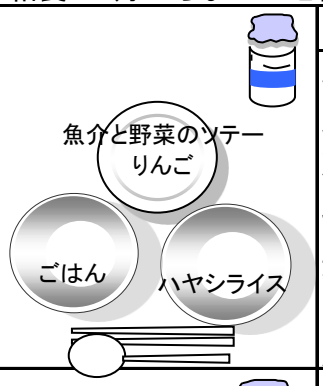
今週の給食　1月　ちょこっと食育　Ｎｏ．４

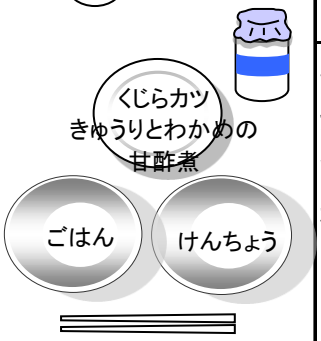
28日 月曜日



ハヤシライスについて

今日はハヤシライスについて説明します。ハヤシライスは、牛肉やたまねぎを薄切りにして煮込んだ料理のことをいいます。ハヤシライスは、もともと日本で出来た料理です。林さんが作った料理であることから、ハヤシライスという説もあれば、ビーフシチューとごはんを混ぜた、まかない料理からできたという説もあります。「はやす」という言葉は、「細かく切る」という意味があり、材料を細かく切った料理なので、ハヤシライスという説もあります。いずれが正しいかはわかりませんが、ごはんと一緒にいただくことは間違いありません。今日はむぎごはんといただきましょう。

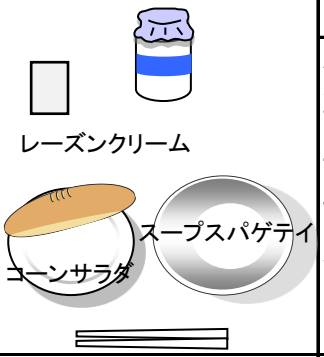
29日 火曜日



くじらについて

くじらは、今では、貴重な食べ物とされていますが、昭和30年代の給食ではよく登場しました。特に、山口県の　日本海側では、くじら漁が盛んにおこなわれていました。古式漁といって、もりや矢でくじらをしとめる漁をおこなっていたそうです。山口県は、くじらを食べる食文化があり、くじらを使った料理がたくさんあります。今日はそのなかで、くじらカツをいただきましょう。

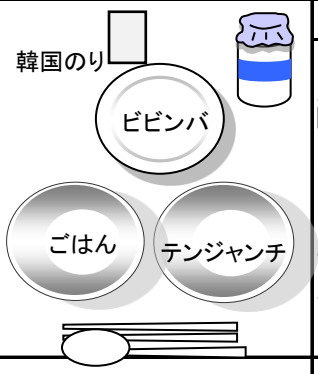
30日 水曜日



スパゲティについて

今日は、スパゲティについて説明します。スパゲティは今では、どこの家庭でもなじみのある食べ物です。今日のスパゲティは、クリープスープの中にスパゲティを入れました。スパゲティにはこのほかにもさまざまな形があります。アサリを入れて塩こしょうをいれて味付けした、ボンゴレ、熱いスパゲティに生たまごと生クリームを入れてつくるカルボナーラ、青じそを入れたバジリコなどいろいろなスパゲティがあります。

31日 木曜日



韓国料理について

ビビンバやテンジャンチゲは韓国の料理です。韓国は正式には大韓民国といい、日本海を隔てた隣の国で首都はソウルです。韓国料理は500年前に完成されました。韓国の食卓には、はしとスプーンが両方ならび、スプーンでごはんと汁もの、はしでおかずを食べます。ビビンバは三大料理の1つで、ごはんお上にナムルとよばれる和え物や牛肉をのせ、好みでコチュジャンをのせて食べます。テンジャンチゲの「テンジャン」は赤みそのことで、「チゲ」という鍋物にとうがらしやにんにくをきかせた料理です。韓国料理を味わいましょう。